よりよい地域をめざして……地域情報紙
シティライフ
2020.3.7 Vol.1513
市原版
配布地域／市原市・袖ケ浦市【75,000部】
https://www.cl-shop.com
企画・制作／シティライフ編集室 〒290-0056 市原市五井4874-1
TEL.0436（21）9311　FAX.0436（21）9142
シティライフが提供する動画をWEBで見れます！

左記のアイコンがある記事はシティライフWEBより関連動画がご覧頂けます！

認知症について、私たちは何を知っておくべきなのだろうか

2月9日㈰、市原市勤労会館（youホール）で開催された講演会『認知症になってもこわくない』。いちはら市民ネットワーク主催で行われた同講座の講師は安田清さん。言語聴覚士、学術博士で工業大学や医科大学にも籍があるなど現在様々な顔を持つ安田さんは、千葉労災病院で長く認知症のリハビリテーションに取り組んでいた。「夫婦二人いれば、今の時代はどちらかが認知症、どちらかが癌になることは珍しくありません。認知症にならない！ではなく、そうなってしまっても大丈夫なように備えることが大切です」と、講演会の冒頭で語った。

認知症の現状

認知症と呼ばれるものには、症状は大きく4つの型で分類されている。その中には脳血管疾患や甲状腺機能低下が原因とされる認知症もあり、それらは成人病予防や手術をすることによってある程度の罹患減少が可能とされる。「一番厄介なのがアルツハイマー型などの変性型です。変性型認知症の進行を遅くする薬は4種類ありますが、効果は人によって異なりますし、まだ治癒薬はありません。魚や酒、サプリで認知症予防をうたう情報も多いですが、こちらの効果も確立していません」と説明する。厚生労働省は、高齢者の増加傾向が著しい今後の社会を懸念して、認知症本人と支える側のケアに焦点を当てた地域づくりを目指す『新オレンジプラン』を取りまとめ、公表している。だが、安田さんは「核家族化が進んでいることもあり、本人や介護する側の孤立を防止することが大切。そのための、記憶支援具の貸し出し制度や、周囲と簡単に繋がるための通信費の助成など、まだ取り組みとしてまったく行われていない施策があると思っています」と、訴える。

それでは、認知症であるかはどう判断されるのだろうか。普段の生活の中でよく起こりうるのは物忘れだが、認知症かと不安になるかもしれない。認知症の症状は、約束や昨日食べた物を忘れてしまうなどのエピソード記憶が鈍くなることを指す。病院のMRI検査では初期の異常の発見が遅れることも多く、詳細な記憶の検査が必要だとか。「思い出せない、覚えられない、活用できない。つまり認知症は情報障害ともいえるのです。それなら、外部メモリとしての情報技術を活用すれば、薬の開発を待つより早いのではないでしょうか。足が悪い人は車椅子、耳が悪ければ補聴器、目が悪ければ眼鏡を使いますよね」と、思わず頷いてしまう考え方だ。

どんな備えがあるの？

では、認知症になってしまった場合に活用できる道具をご紹介。まずはメモリーベスト。ベストの裏に6個のポケットがあり、忘れてしまった時のためにメモを入れられるようになっている。背中上部には住所を書いた名札があり、道に迷った時に周囲の人間も助けやすく、肩のパッドにはGPSを入れることも可能。次は物忘れセンサー。家の中の日用品も置いた場所が分からないと大変だ。主要な物にセンサーを付けておくと、見つけられない時に専用のボタンを押すと音が鳴って場所を教えてくれる。そして、薬ケースグッズは朝、昼、晩の3回、時間になると音で薬を飲むことをお知らせするのだ。患者や介護者と身近な視点から関わり続け、あらゆる道具を開発してきた安田さんが他に提唱するのは、コミュニケーションの大切さだ。

スマートフォンやネットの普及により、『LINE』や『スカイプ』など無料通信ソフトも進化を続けている。10人同時にテレビ電話できる機能を利用すれば、介護者同士の情報や問題共有にも有効に活用できる。また、ボランティアとのテレビ電話会話網も作ったので、パソコン画面での写真をお互いに見ながら会話をすることもできるとか。さらに人間だけでなく、バーチャルエージェントと呼ばれる機械上での人物との会話も有効だと安田さんは説く。「身近な人間だと、どうしても何度も同じことを言われると疲れてしまう。ほぼ完成しているのは、会話ができる子どものエージェント。患者さんの話が終わって数秒経つと自動的に質問を投げてくれるんです。40分会話を続けた方は、最後に楽しかったと泣いておられました」と、安田さん。

認知症患者だけでなく、介護する側の気持ちも忘れてはならない。安田さんは、「特に男性の方は一人で解決しようとしがち。毎月第2土曜日には市原市若宮で『もの忘れ・認知症　寄りあいサロン』を、奇数月の第4土曜日には市原市辰巳台で『介護者居酒屋』を開催しています。お互い気軽に話してみませんか」と、呼びかけた。会場からは、「85歳の母と最近喧嘩が増えました。気性の変化も認知症なのでしょうか」、「軽度認知症の姉が重要な書類にサインしてしまいました。取り消せますか」など、多くの質問が飛んでいた。

（松丸）

㈲いちはら市民ネットワーク
☎0436・21・1907
安田さん
☎0436・74・3384
✉yasukiyo.12@outlook.jp
https://gensoshi.jimdofree.com/
著書「MCI・認知症のリハビリテーション（エスコアール社）」

いちはら文化振興だより おんぷ vol.17

企画・編集／公益財団法人 市原市文化振興財団

みんなで演劇を楽しもう!! 劇団四季ファミリーミュージカル

アメリカの児童文学を舞台化した、猫の冒険物語、「人間になりたがった猫」。

5月17日(日)、市原市市民会館大ホールで劇団四季ファミリーミュージカルとして上演します。

人間の言葉を話すことができる猫の「ライオネル」。ある日、ご主人で魔法使いのステファヌス博士に逆らってしまったら、罰として2日間人間にさせられてしまいます。でも、ずっと人間になりたかったライオネルは大喜びで町に出かけますが…。

仲間たちとの出会い、そこで織りなす夢と感動、大人も楽しめるハラハラ・ドキドキの物語を生の舞台でお楽しみください。

出演は、皆さんご存じの「劇団四季」。

登場人物たちが繰り広げる、躍動感いっぱいのダンス。心に訴えかける歌の数々。そしてここが舞台だということを忘れさせてしまうリアルでダイナミックなセット!

魅力的なキャラクターたち、親しみやすい歌、素敵な衣装など見所満載です。

仲間や命の大切さを伝えてくれる、子供から大人まで楽しめるミュージカル。是非、ご覧ください。

きっと、心が温かくなることでしょう。

詳細は、左記財団イベントガイドをご覧ください。

撮影：阿部章仁

寒さを笑いで吹き飛ばす 「出前寄席」開催!

2月8日(土)夢ホール、9日(日)ちはら台コミュニティセンターにて、真打噺家である三遊亭王楽師匠、瀧川鯉斗師匠をお招きして、身近な場所で落語が楽しめる「出前寄席」を開催しました。

二つの会場は、抽選に当選したお客様で満員!

まずはお弟子さんが登場。夢ホールでは三遊亭兼太郎さん、ちはら台コミュニティセンターでは三遊亭好二郎さんが、寒さを吹き飛ばす笑いで会場を温めました。

いよいよ三遊亭王楽師匠、瀧川鯉斗師匠の登場です。演目が始まり、身振り手振りを交え、巧みに声色を変えながら演じるさまに、会場は爆笑の渦に包まれました。

終演後は、出演者の寄せ書きが当たる大抽選会!

くじを引きながらも笑いを取る三遊亭王楽師匠。当たったお客様は満面の笑みで、色紙を受け取っていました。

お客様からは、「楽しい時間でした」「落語がより身近に感じられた」などの声をいただき、大好評でした。

今後も当財団では、気軽に本格的な文化芸術に触れられる企画を実施してまいります。

公益財団法人市原市文化振興財団（市原市市民会館）

Facebook/Twitter/Instagram はじめました!

https://www.facebook.com/ichiharahall/

https://twitter.com/ichiharahall

https://instagram.com/ichiharahall

施設情報などを発信します、ぜひフォローしてください!

7月23日(木・祝)、市原市市民会館小ホールにて、親子deオペラ鑑賞デビュー「カルメン～赤いバラ伝説～」が開催されます。

なんと、0歳から入場が可能!

オペラと聞くと「セリフは外国語なのかなぁ」「ストーリーがわかるかなぁ」と、難しく考えてしまいますよね。

でも、大丈夫!!

親しみやすい作品をベースに、一部ストーリーを書き換え、子供でも理解できる内容にした、「親子で楽しめる入門編オペラ」なんです。

オペラには欠かせない上演中の「拍手」と「掛け声」のタイミングがあることを知っていますか。出演者がオペラの楽しみ方や鑑賞マナーなどを楽しく教えてくれますよ!子供だけではなく、大人の方にも大好評。

また、オペラ上演中には出演者と一緒に子供たちがステージ上で歌や踊りを披露する演出もあります。

このチャンスに「オペラデビュー」してみませんか。親子で楽しい思い出を作りましょう。皆さまのお越しをお待ちしております。

詳細は、左記財団イベントガイドをご覧ください。

feel the culture
財団イベントガイド

お問合せ
●市原市市民会館チケットセンター
（オペレーター対応　9:00～17:00）
☎0570-043-043
https://ichiharahall.or.jp

新型コロナウイルス感染拡大防止に伴う イベント延期・中止について

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、市原市から「市主催（共催）のイベント等に対する基本的な考え方」が示され、感染拡大の瀬戸際とされる3月15日（日）までの市主催（共催）イベント等を原則延期又は中止するとの方針が示されました。
当財団においても、市原市の方針に則り、主催イベントの開催について延期を前提に、下記公演を調整しております。
開催を楽しみにお待ちいただいた皆様には大変申し訳ございませんが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

開催日	行事名	対応
3月14日(土) ※中止	相川七瀬コンサート	振替公演又は中止で調整中
3月15日(日) ※中止	平原綾香コンサート	延期 振替公演日を調整中

詳細が決定次第、市原市市民会館ホームページ等でお知らせいたします。
なお、3月15日（日）以降のイベントにつきましても状況により、随時、検討してまいります。

5/17(日) 劇団四季ファミリーミュージカル「人間になりたがった猫」 主催 好評発売中!

■会　場／市原市市民会館･大ホール
■開　場／15:30
■開　演／16:00
■出　演／劇団四季
■料　金／全席指定　大　　人　S席　5,500円(税込)
　　　　　　　　　　　　　　　A席　3,300円(税込)
　　　　　　中学生以下　S席　3,300円(税込)
　　　　　　　　　　　　　　　A席　2,200円(税込)
※3歳以上有料。(3歳未満の着席鑑賞は有料)
※公演当日にご本人様が確認できる学生証をお持ちください。
■プレイガイド／会館
ぴ Pコード：500-332
ロ Lコード：32290
e+
■お問合せ／市原市市民会館チケットセンター　☎0570-043-043

4/10(金) 松山千春コンサート･ツアー2020「思い出」 主催 本日3月7日(土)10:00より一般発売

■会　場／市原市市民会館･大ホール
■開　場／18:00
■開　演／18:30
■出　演／松山千春
■料　金／全席指定　8,800円(税込)
※3歳以上有料。2歳以下1名まで、膝上鑑賞にて同伴可。
※予約制限枚数 お一人様4枚まで
■プレイガイド／会館　3月7日(土)初日特電　☎0436-20-9977
　　　　　　　　　3月8日(日)以降　☎0570-043-043
ぴ Pコード：177-800
ロ Lコード：75084
e+
■お問合せ／市原市市民会館チケットセンター
☎0570-043-043

7/23(木・祝) 親子deオペラ鑑賞デビュー　市原公演 カルメン ～赤いバラ伝説～ 二期会BLOC千葉オリジナル版 主催 3月15日(日)10:00より一般発売

■会　場／市原市市民会館･小ホール
■開　場／13:00
■開　演／14:00
■出　演／二期会BLOC千葉
■料　金／全席自由席
大人1,600円(税込)
子供(小学生以下)1,000円(税込)
※子供料金は、小学生以下のお子さまが対象です。
※3歳未満は、保護者1名につきお子さま1名まで膝上無料。(お席が必要な場合は有料)
■プレイガイド／会館
ロ Lコード：31604
e+
市内プレイガイド
■お問合せ／市原市市民会館チケットセンター　☎0570-043-043

4/16(木) 存在理由 ～Raison d'être～ さだまさしコンサートツアー2020 主催 好評発売中!

■会　場／市原市市民会館･大ホール
■開　場／17:15
■開　演／18:00
■出　演／さだまさし
■料　金／全席指定　一般席･車椅子席
8,800円(税込)
※車椅子席をご希望の方は、事前に会館までお問合せ下さい。
※未就学児のご入場はご遠慮ください。
■プレイガイド／会館
ぴ Pコード：173-514
ロ Lコード：73255
e+
■お問合せ／市原市市民会館チケットセンター
☎0570-043-043

プレイガイド ※販売予定枚数を終了した時点で予約受付終了となります

会館 市原市市民会館チケットセンター····☎0570-043-043
ロ ローソンチケット················☎0570-000-407
(オペレータ対応10:00～18:00)
https://l-tike.com/
ぴ チケットぴあ··················☎0570-02-9999
https://t.pia.jp/
e+ e+(イープラス)···········https://eplus.jp
※電話予約はトーン信号の出る、プッシュ式の電話機からおかけください

市内プレイガイド

ちはら台コミュニティセンター　☎0436-50-2312
菊間コミュニティ･保健福祉センター　☎0436-42-3424
深山文具店(牛久駅前)　☎0436-92-1801
齋藤書店(有秋プラザ内)　☎0436-66-0083
藤田陶器店(姉崎駅通り)　☎0436-61-0069

買います

●和装品・盆栽鉢・骨董全般 富楽 ☎0475-55-3331
●ヤマハピアノ高価 コンドー楽器 フリーダイヤル0120-137-512
●ピアノ 漆田 ☎24-0833
●金プラチナ商品券 相場・額面の90～98%で てんとう虫 ☎0475-72-9400 大網店 水曜定休 0476-36-4388 富里店 043-310-5825 都賀店

営業案内

●ネズミ駆除 超プロが1回で完全駆除 被害はイエダニの発生 病原菌をまきちらす ★一戸建・アパートに限定 任せて安心 創業50年の信用 調査見積無料 田辺消毒防除センター ☎0436-25-2801

求人

●営業事務 時給980円～ 時間曜日応相談 ㈲平野工商 ☎0436-92-3711

ペット情報

●子猫差し上げます 三毛 3歳 メス 吉田 ☎090-6170-6904

イベント

●五井ナザレン教会イベント中止のお知らせ 母と子のわくわくタイム、シニアの集い・銀の鈴 ともに3月は中止とします ☎0436-21-0566
●暮らしと工藝展 3／7(土)～15(日) 10～18時、最終日15時まで 家具＋ギャラリー大谷家具製作所 ガラス工芸・中津箒・イ草和雑貨・蒔絵アクセサリー 14(土)ミニほうき作り体験・2,500円・先着順 電話で要予約 大谷 ☎0475-47-3530
●合同絵手紙展 前期3／10(火)まで、後期11(水)～20(祝) 最終日15時まで 姉ケ崎駅市民ギャラリー 市内4教室（月下美人・蒲公英・桜草・つくしんぼ）の1年間の交流絵手紙と学習発表 向井 ☎0436-61-2392
●かめとうさぎの会 3／14(土) 11～13時 辰巳公民館 ニート・ひきこもりを考えるおしゃべり会 金子 ☎0436-74-7617
●カフェもの忘れ・認知症対処教室＆スマホ・パソコン相談会 3／14(土) 13時半～15時半 やさしい手京葉（若宮団地入口） 飲物代300円 元もの忘れ外来担当者やケアマネが、もの忘れや認知症の本人・家族に対処法の紹介と相談を スマホ・パソコン等相談会も同時開催、困りごとのある方は機器持参 ☎0436-74-3384
●レコード交流会 3／15(日)13時半～ アネッサ 300円（茶菓子代） 弥生の午後をティータイム音楽で マントバーニ～パーシーフェイス～リチャード・クレイダーマンほか ☎090-7716-4611
●写真サークル「フォト菊間」写真展 3／16(月)～26(木) 9～17時、最終日12時まで 菊間コミュニティ・保健福祉センター 無料 風景・花・祭り等 会員自由作品約50点 佐藤 ☎0436-23-1176
●里山お花見トレッキング 3／28(土)13時半現地集合 雨天中止 上総自然学校（袖ケ浦市・真光寺内） 山桜が咲く里山をゆっくりゆったり散策 500円、未就学児無料 先着20名、小学生は親同伴必須 3／21〆切 ☎0438-75-7414
●犬のしつけ＆マナー講習会 3／22(日) 13時半～15時半 上総更級公園・センター前の広場 基本のしつけや散歩のマナーを学ぶ 無料 先着20名 電話で要申込 ☎0436-20-3555

お得な求人専用枠ができました！ 8000円（税別 市原版）からご利用になれます。

千葉県認定職業訓練校 令和2年度前期 職業訓練生募集

【訓練科目のご案内】

	訓練科目	募集人員	訓練期間	訓練日(変更有)	時間	訓練開始月	訓練費(月額)	内容
普通課程	木造建築科	10名	2年	水曜日	午後6時～午後9時	4月	10,000円	木造建築における学科・実技の修得
				土曜日	午前9時～午後4時			
	和裁科	10名	2年	月・金曜日	午前10時～午後3時半	4月	10,000円	和裁仕立における学科・実技の修得
	造園科	10名	1年	水・金曜日	午後6時～午後9時	4月	10,000円	2級技能士資格取得の為の訓練
				日曜日	午前9時～午後4時			
短期課程	電気工事科	13名	6ヶ月	水・一部金曜	午後6時～午後9時	4・10月	13,000円	第2種電気工事士資格取得の為の訓練
				土曜日	午前9時～午後4時			
	電気工事科上級技能コース	10名	3ヶ月	水・隔週金曜日	午後6時～午後9時	4・9月	13,000円	第2種電気工事士技能資格取得の為の訓練
	電気工事科(第1種電気工事士)	10名	6ヶ月	水曜日	午後6時～午後9時	4月	20,000円	第1種電気工事士資格取得の為の訓練
				土又は日曜日	午前9時～午後4時			
	造園施工管理科	10名	6ヶ月	月曜日	午後6時～午後9時	4月	10,000円	2級造園施工管理技能士の資格取得の為の訓練
	パソコンⅠ(ワード・エクセルコース)	10名	6ヶ月	月・金コース	午前10時～午後1時	4・10月	13,000円	基本操作(事務系) 日商PC検定3級コース(ワード・エクセル)
	パソコンⅡ(ワード・エクセルコース)	10名	6ヶ月	金曜日	午後6時～午後9時	4・10月	10,000円	基本操作(事務系)(ワード・エクセル)
	パソコンⅢ(ワード・エクセル入門コース)	10名	1ヶ月	水曜日	午前10時～午後1時	各月	12,000円	PCの基本操作、日常生活の中でPCを楽しみ使い方(文書・カレンダー等の作成)
	建築リフォーム科 初級	10名	6ヶ月	土曜日	午前9時～午後4時	4月	10,000円	リフォームの基本
	2級建築士学科コース	10名	3ヶ月	月・水・金曜日	午後6時～午後9時	4月	(全)80,000円	2級建築士学科試験対策の為の訓練
	2級建築士製図コース	10名	6ヶ月	第1・第3日曜日	午前9時～午後4時	4月	(全)80,000円	2級建築士設計製図試験対策の為の訓練

申込のご案内
受付日時／月・水・金・土・日曜日 受付時間／午前10時～午後5時まで
締切／定員になり次第、締め切ります 訓練開始／令和2年4月6日(月)入校式予定
問合せ先／市原共同高等職業訓練校 ☎0436-41-2789 HP http://kunrenkou.com

上記の訓練費のほかに入校金8,000円、教科書代、道具代がかかります。申込は印鑑持参。詳しくは当校までお問合せください。

市原共同高等職業訓練校 〒290-0067 千葉県市原市八幡1050-5